

03 शिक्षा में खेलों का विश्वव्यापी परिप्रेक्ष्य

टेड मरे

समूची दुनिया के लगभग सभी देश शारीरिक शिक्षा और खेलों की आवश्यकता को लेकर सहमत हैं, लेकिन खेलों और शारीरिक शिक्षा कार्यक्रमों को स्कूलों में लागू करने के तौर–तरीकों की बात करें तो अलग–अलग देशों में भारी असमानता है। सौभाग्य से, मुझे अपने देश अमेरिका के साथ–साथ अन्य बहुत–से देशों में रहने का मौका मिला है। मैं कई देशों में शारीरिक शिक्षा के प्रति अपनाए गए दृष्टिकोण को लेकर अपने अनुभवों में से कुछ को साझा करना चाहूँगा।

खेलों के बारे में अलग–अलग देशों के नजरिए का प्रभावपूर्ण आकलन करने से पहले जरूरी है कि हम कुछ अन्तरों को जान लें। पहला अन्तर तो एक ओर स्कूली पाठ्यचर्या के हिस्से के तौर पर शारीरिक शिक्षा (जिसका ध्यान विभिन्न प्रकार की शारीरिक गतिविधियों में व्यापक भागीदारी पर केन्द्रित रहता है) तथा दूसरी ओर प्रतियोगी खेलों के बीच का है। दूसरा अन्तर कानूनों में कैद मानकों और जमीनी स्तर पर उनके पालन (तथा जबरन उन्हें लागू करने) के आड़े आने वाली वास्तविकताओं के बीच का है।

सबसे पहले अमेरिका को लें क्योंकि भारत में उसे ही सबसे ज्यादा अनुकरणीय माना जाता है। मुझे याद है, जब मैं बड़ा हुआ, हमें सप्ताह में कम से कम तीन दिन शारीरिक शिक्षा दी जाती थी। उसका एक ढाँचा तो था, फिर भी, इसमें ज्यादातर डौजबॉल और किकबॉल जैसे खेल ही शामिल रहते थे। कौशल विकसित करने पर कम ही जोर रहता था। इसके फलस्वरूप स्पष्ट हो ही जाता था कि कौन एथलीट है और कौन नहीं। जो एथलीट नहीं थे, जिनकी खेलने में रुचि नहीं दिखाई देती थी, उन्हें प्रोत्साहित करने की कोई कोशिश नहीं की जाती थी। उन्हें असफलता के अहसास के साथ छोड़ दिया जाता था और इसलिए वे डरावनी 'जिम कक्षा' से पीछा छुड़ाने के लिए कुछ भी कोशिश करने को तैयार रहते थे। अध्ययनों से पता चलता है, लगभग आधे अमेरिकन यह कहते हैं कि जहाँ तक उन्हें याद है, पहली बार वे शारीरिक शिक्षा की कक्षा में ही फेल हुए थे!

अमेरिका का केवल एक प्रान्त – इलिनॉय – दैनिक शारीरिक शिक्षा का पक्षधर है। दूसरे प्रान्तों में से अधिकतर, सप्ताह में केवल दो घण्टे ही शारीरिक शिक्षा देना काफी समझते हैं। यह बात अलग है कि यह भी वास्तव में लागू हो पाता है या नहीं। खास तौर से पिछले दशक में, अमेरिकी शिक्षा का जोर इस बात पर रहा है कि ''कोई बच्चा न पिछड़े''। इसलिए पूरा ध्यान मानक परीक्षण के अंकों पर है। कोई भी विषय जो परीक्षा की तैयारी से सीधे न जुड़ा हो, या तो समाप्त कर दिया गया है या अनदेखा कर दिया गया है। दुर्भाग्यवश, शारीरिक शिक्षा भी इन्हीं में शामिल है। इससे बदतर बात हो नहीं सकती, खासतौर पर तब, जब अमेरिकी बच्चे जानलेवा मोटापे का शिकार हो रहे हों।

शारीरिक शिक्षा के कई नवाचार अमेरिका में हुए हैं। 'स्पार्क' जैसे अमेरिकी संगठनों ने शारीरिक संचालन तथा खेल–कूद सम्बन्धी दक्षताओं के विकास के लिए आयु–अनुरूप रोचक और मन को भाने वाली पाठ्यचर्या तैयार की। अनेक स्कूल किक–बॉक्सिंग, एरोबिक्स जैसी कक्षाओं की पेशकश के साथ स्वास्थ्य–क्लब मॉडल अपना चुके हैं और स्वास्थ्य–क्लब कक्षाओं की ही तरह के कैम्प चलाते हैं। शारीरिक शिक्षा की अनेक कक्षाओं में अब स्वास्थ्य एवं पोषक तत्वों सम्बन्धी शिक्षा को शामिल करना जरूरी कर दिया गया है। स्वास्थ्य सम्बन्धी सम्पूर्ण समझ बनाने के लिए यह अच्छा तो है, लेकिन इससे होता यह है कि शारीरिक गतिविधि में खर्च किए जाने वाले वास्तविक समय से ध्यान बँट जाता है।

जहाँ तक स्कूलों में संगठित प्रतियोगी खेलों की बात है, अमेरिका निःसन्देह सबसे आगे है। बेहतर ढाँचागत व्यवस्था वाली प्रतियोगी–लीग्स तो अनेक प्रकार के खेलों में हैं, और इनमें महिलाओं और पुरुषों, दोनों का समावेश है, जो एशिया में बमुश्किल ही देखने को मिलता है। असल में कानून तो यही कहता है कि लड़कों और लड़कियों को बराबर की सुविधाएँ और भागीदारी मिलनी चाहिए। दुर्भाग्य से, अधिक ध्यान प्रतियोगी समूह–खेलों पर केन्द्रित रहता है; जीवन भर चलने वाले, जिन्दगी भर स्वस्थ रखने वाले, दौड़, साइक्लिंग तथा टेनिस जैसे खेलों पर कम ध्यान दिया जा रहा है। स्कूल स्तर पर खेलों में भाग लेने वाले अधिकतर खिलाड़ी विश्वविद्यालय स्तर पर पहुँचकर प्रतिस्पर्द्धा में नहीं रह पाते। इस तरह, उनमें से ज्यादातर तो हमेशा के लिए खेलों को अलविदा कह देते हैं और पढ़ाई–लिखाई, डेटिंग तथा पीने–पिलाने के दबावों में फँसकर सेहत का नाश कर बैठते हैं।

आस्ट्रेलिया भी एक ऐसा देश है जहाँ खेलों में भागीदारी

पर भरपूर जोर दिया जाता है; लेकिन संयोजित ढंग से शारीरिक शिक्षा के लिए कोई अनुदेश नहीं है। हाल ही में वहाँ स्कूलों में प्रतिदिन शारीरिक शिक्षा पुनः शुरू किए जाने सम्बन्धी कानून बनाए गए हैं। बहरहाल, सचाई तो यह है कि नेतृत्व की आशा खेल–टीमों से की जाती है न कि शारीरिक शिक्षा के स्टाफ से! शारीरिक शिक्षा के पेशेवरों के लिए सम्मान और प्रशिक्षण की ऐसी ही कमी न्यूज़ीलैण्ड में भी है। यही वजह है कि वहाँ खेलों की संस्कृति से सम्बद्ध अधिकतर गतिविधियाँ स्कूली वातावरण से बाहर ही सम्पन्न होती हैं।

स्कूलों में दी जाने वाली शारीरिक शिक्षा और क्लबों तथा दूसरे संगठनों में चलने वाली खेल–गतिविधियों के बीच तालमेल बैठाने की कोशिशों में ब्रिटेन इन दिनों सक्रिय हो उठा है। उन्होंने शारीरिक शिक्षा एवं स्कूल–क्लब गठजोड़ (फिजीकल एजूकेशन स्कूल क्लब लिंक्स) कार्यक्रम में धन लगाया है। इसका उद्देश्य 5 से 16 वर्ष आयु–वर्ग के प्रत्येक बच्चे को सप्ताह में चार घण्टे खेलों में व्यस्त रखना है। इनमें दो घण्टे शारीरिक शिक्षा की कक्षा के लिए और बाकी स्कूल, समुदाय तथा क्लब की गतिविधियों के लिए होंगे। यह कार्यक्रम शुरू हुए अभी इतना समय नहीं बीता कि इसका ठीक से आकलन किया जा सके, फिर भी ऐसा लगता है कि दूसरी इकाइयों के साथ मिलकर काम करना स्कूलों द्वारा उठाया गया अक्लमन्दी का कदम है। इससे खेलों में समग्र रूप से भागीदारी बढ़ेगी। हाँ, यह देखना अभी बाकी है कि यह कदम विभिन्न खेल गतिविधियों में भागीदारी को बड़े पैमाने पर प्रोत्साहित करने के लिए उठाया गया है या मात्र इसलिए कि सुपरस्टार एथलीटों को आगे आने के लिए कुछ अधिक सुविधाएँ उपलब्ध करवाई जाएँ?

सिंगापुर ऐसा देश है जहाँ कानून पक्के तौर पर लागू होते हैं, इसलिए यह तो तय है कि वहाँ उनका पालन भी होगा। परीक्षा के दिनों को छोड़कर, प्रति सप्ताह दो घण्टे तो शारीरिक शिक्षा को प्रत्येक स्कूल द्वारा दिए ही जाने हैं। प्रत्येक स्कूल में छात्रों के शारीरिक स्वास्थ्य की जाँच के लिए साल में एक बार स्वास्थ्य परीक्षा वहाँ अनिवार्य है। यह प्राप्त अंकों के आधार पर स्वास्थ्य के आकलन मात्र के लिए नहीं है, बल्कि कम अंक पाने वालों को दो माह तक काउण्टी की अनिवार्य सैनिक सेवा करनी पड़ती है। सुनने में यह अच्छा और लाभप्रद लगता है लेकिन सिंगापुर में खेलों का विकास बहुत अच्छा नहीं है क्योंकि अकादमिक सन्दर्भ में बेहतर प्रदर्शन का बहुत अधिक दबाव रहता है। वे शारीरिक शिक्षा के लिए समय केवल इसलिए निकाल पाते हैं क्योंकि शनिवार के पूरे दिन समेत शिक्षण के लिए उनके पास पूरा सप्ताह रहता है। अकादमिक पक्ष पर केन्द्रित इस ध्यान की वजह से बेहतरीन एथलीटों द्वारा उच्चतम स्तरों के लिए प्रशिक्षण हेतु समय देने की क्षमता कुन्द हो गई है।



भौगोलिक आकार और खेलों पर ध्यान केन्द्रित करने की दृष्टि से चीन इसके एकदम उलट है। लेकिन सरकार से आर्थिक मदद और समर्थन के सन्दर्भ में दृष्टिकोण यहाँ भी सिंगापुर जैसा ही है। अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर खेलों में उनके अभूतपूर्व परिणामों का आधार सरकार की वित्तीय मदद से प्रतिभाओं की पहचान और उनके प्रशिक्षण की प्रक्रिया है। अगर यह तय हो जाता है कि अमुक बच्चा (आम तौर पर बहुत कम उम्र में) खेल विशेष हेतु प्रतिभा रखता है, तो उसे राष्ट्रीय खेल स्कूल में भेज दिया जाता है। यहाँ किताबी शिक्षण तो कम ही दिया जाता है, लेकिन खेल और उसके विकास के लिए प्रशिक्षण पूर्णकालिक आधार पर दिया जाता है, उस पर पूरा बल दिया जाता है। इस प्रक्रिया से बहुत–से खेलों, विशेष रूप से जिम्नास्टिक्स और गोताखारी जैसे खेलों में (जिनमें क्रियाओं की बार–बार पुनरावृत्ति पर बल रहता है) विश्व चैम्पियन खिलाड़ी पैदा करने में मदद मिल सकती है। यह कहना मुश्किल है कि इस प्रक्रिया में कितने बच्चे शारीरिक, मानसिक या दोनों तरह से जलकर राख हो जाने की स्थिति तक पहुँचते हैं। इस प्रक्रिया से "एथलीट" और "गैर–एथलीट" के बीच विभाजन भी पैदा होता है।

चीन के नियमित स्कूल भी दो घण्टे प्रति सप्ताह शारीरिक शिक्षा देने के आदेश का पालन करते हैं। मानक परीक्षण विकसित किए गए हैं जो समग्र स्वास्थ्य स्तर के आकलन के लिए हर दूसरे साल किए जाते हैं। आगामी ग्रेड में जाने के लिए विद्यार्थियों को शारीरिक शिक्षा के एक स्तर तक की कुशलता हासिल करनी होती है। स्वास्थ्य सम्बन्धी जानकारी पर भी जोर दिया जाता है और शारीरिक शिक्षा के शिक्षकों के लिए प्रशिक्षण का बहुत ही संयोजित कार्यक्रम है।

सेकेण्डरी स्कूलों में शारीरिक शिक्षा के शिक्षकों में से केवल 30 प्रतिशत के पास ही कॉलेज स्तर की डिग्री के बराबर की डिग्री है। उनमें से अधिकतर के पास एक एसोसिएट डिग्री है जो शारीरिक शिक्षा के दो से तीन–वर्षीय विशेष कार्यक्रम के बराबर होती है।



दूसरी ओर चीन की तरह भारत के पास जबरदस्त जनसंख्या–पूल है जहाँ से प्रतिभाएँ पैदा की जा सकती हैं। भारत खेलों, और शिक्षा पर ध्यान केन्द्रित करने, तथा शारीरिक गतिविधि के प्रति व्यापक प्रेम विकसित करने के बीच समुचित सन्तुलन बनाने में कामयाब हो जाए और समर्पण की भावना के साथ चैम्पियन एथलीटों को विकसित कर पाए तो सचमुच अच्छा रहेगा।

मेरी व्यक्तिगत, निजी राय और नजरिए की बात करें तो कोशिश प्रत्येक अन्य देश की बेहतर प्रथाओं को अपनाने की होनी चाहिए। खेल और मौज–मस्ती के वातावरण में कौशलों को समुचित उम्र में विकसित किए जाने पर बल देने की बात को मैं अमेरिका से ग्रहण करना चाहूँगा, ताकि कम उम्र में ही खेलों के प्रति प्रेम की भावना जागृत हो। सिंगापुर और चीन से मानकीकृत जाँच की रिवायत को लेना उपयुक्त होगा। लेकिन इसका ध्यान बच्चे के अपने विकास को मापने पर केन्द्रित होना चाहिए न कि उस विकास की तुलना अन्य बच्चों के विकास की गति से करने पर। एक ओर शारीरिक शिक्षा के ही सन्दर्भ में विभिन्न तरह के खेलों से व्यापक स्तर पर परिचय, और दूसरी ओर प्रतिभाशाली एथलीटों के लिए वित्तीय सहायता के मौके उपलब्ध होना ताकि वे स्कूल, राज्य, राष्ट्रीय और पेशेवर स्तर पर किसी खेल को अपना सकें – इन दोनों स्थितियों में एक सन्तुलन होना चाहिए।

शारीरिक शिक्षा बच्चों में उम्र भर के लिए अच्छी आदतें डालने का काम कर सकती है और यह उनके लिए कई तरह से लाभप्रद होगा। अच्छा होगा यदि शिक्षक और माता–पिता इस बात को समझें और इस बात को भी कि यदि बच्चे अपनी पसन्द के खेल में प्रशिक्षण का लाभ पा सकें तो यह उनके लिए कितना लाभप्रद होगा। किसी सपने को सच में तबदील करने के लिए (जैसे, पेशेवर टेनिस खिलाड़ी बनने का सपना) आवश्यक समर्पण भाव से जो जीवन–कौशल विकसित होते हैं, वे बच्चों को जीवन में सफल होने के लिए लैस कर सकते हैं। फिर वे जो भी करियर चुनें, कोई फर्क नहीं पड़ता। खेलों में अगर कोई पेशेवर स्तर तक सफल नहीं हो पाता तो इसे उसकी असफलता नहीं माना जाना चाहिए, क्योंकि उत्कृष्टता की तलाश के दौरान उसमें अनुशासन, समय–प्रबन्धन, खेल–भावना, नतीजों की जिम्मेदारी लेने और पराजय से सीखने की क्षमता जैसे गुणों का विकास हो गया होगा। इस अनुभव के परिणामस्वरूप बच्चों में खेल के लिए जीवन–पर्यन्त प्रेम पैदा हो चुका होगा, जो उन्हें जिन्दगी के हर मोड़ पर ताउम्र ठीक और स्वस्थ रखेगा, जीवन के हर क्षेत्र में सफलता की ओर ले जाएगा।

मेरी दृष्टि में, सभी भारतीय विद्यार्थियों के लिए हमारा लक्ष्य उनमें यह समझ विकसित करना होना चाहिए कि स्वस्थ, सक्रिय शरीर उनके मानसिक बल और दक्षता में वृद्धि करेगा और इसलिए, उन्हें शरीर, मन और आत्मा के बीच एक स्वस्थ सन्तुलन कायम रखने का प्रयास करना चाहिए।

__टेड मरे__ 36 वर्षों तक संसार के सर्वाधिक नवाचारी और बहुमुखी प्रतिभा वाले टेनिस कोचों में से एक हैं। हर उम्र और क्षमता के खिलाड़ियों को प्रशिक्षित करते हुए उन्होंने अनेक देशों के क्लबों, रिसोर्टों और अकादमियों में कार्यक्रम चलाए हैं। भारतीय ग्रैण्ड स्लैम विजेता लिएण्डर पेस और ओलिम्पिक पदक विजेता गिगी फर्नांडीज़ भी इन खिलाड़ियों में शामिल हैं। भारतीय टेनिस से टेड का लम्बा और सफल रिश्ता रहा है। 1985 में उन्हें ब्रिटेनिया–अमृतराज टेनिस फाउण्डेशन (बी.ए.टी.) का पहला कोच चुना गया। अमृतराज परिवार के साथ मिलकर उन्होंने भारत के लिए डेविस कप खिलाड़ियों की आगामी पीढ़ी तैयार करने के लिए अथक श्रम किया। कुछ समय अमेरिका में रहने के बाद टेड 2008 में अपनी पत्नी शिखा के साथ बंगलौर लौट आए जहाँ उन्होंने ग्रीष्म जूनियर टेनिस एवं योग कैम्प की बेहद सफल शुरुआत की।